



Kleine Partikel - große Wirkung

(Mynewsdesk) Langenfeld, Mai 2014. In vielen deutschen Großstädten und Ballungsgebieten heißt es: Durchfahrt nur noch für Fahrzeuge mit grüner Umweltplakette. Ab Juli 2014 wird es weitere grüne Zonen geben. Trotzdem warnte das Umweltbundesamt erst kürzlich vor zu hohen Feinstaubbelastungen. Die Messwerte übersteigen in viel befahrenen Gebieten immer noch häufig die Grenzwerte. Damit nimmt die Belastung für Atemwege und das Herz-Kreislauf-System zu. Feinstaub hat sich somit zu einer echten Herausforderung für die Gesundheit entwickelt. Selbst ein starkes Immunsystem kann unter solchen Bedingungen besonders gefordert sein.

Trotz Einführung der städtischen Umweltzonen in 2008 ist das Thema Feinstaub insbesondere im Frühjahr und Sommer präsent. Feinstaub ist erst einmal ein natürliches Phänomen. Er entsteht aus Quellen wie Meeressalzen, Vulkanausbrüchen oder Verbrennungsprozessen, wie beispielsweise Waldbränden. Kritisch wird es, wenn die Luftverschmutzung durch Industrieanlagen, Kraftwerke und Straßenverkehr zusätzlich steigt. Kommen im Frühjahr und Sommer dann noch starker Pollenflug oder eine ungünstige Wetterlage hinzu, können schnell gesetzliche Höchstwerte überschritten werden ? oder sogar tagelang Dunstschleier über Großstädten wabern.

Feinstaub umgibt uns überall

Am Arbeitsplatz sind es Laserdrucker und Kopierer, beim Spazieren Autoabgase, im Frühjahr Pollen und im Winter Heizungsluft: Feinstaub umgibt uns ständig und überall. Dabei können die winzigen Partikel eine große Belastung für unser Immunsystem darstellen, wenn die Menge ein gewisses Maß übersteigt. Denn je kleiner die Staubkörner sind, desto tiefer können sie in die Lunge eindringen und in den Blutkreislauf gelangen. Die Entstehung von Atemwegserkrankungen wie Bronchitis und Asthma, Allergien oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen kann begünstigt werden.

Mikronährstoffe für das Immunsystem

Ein intaktes Immunsystem ist wichtig, um Belastungen zu trotzen. Ist die Körperabwehr besonders gefordert, kann der Bedarf an Mikronährstoffen, wie Vitaminen und Spurenelemente, ansteigen. Durch eine Feinstaubbelastung kann im Körper erhöhter oxidativer Stress entstehen. Dann werden vermehrt freie Radikale produziert, also reaktive Sauerstoffteilchen, die die Zellstrukturen schädigen können. Wichtig ist dann die Zufuhr von Antioxidanzien, wie Vitamin C und E, Selen oder Zink. Sie tragen zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei. Auch sekundäre Pflanzenstoffe haben antioxidative Eigenschaften. Um dem Immunsystem gezielt ?unter die Arme? zu greifen, sollten täglich frisches Obst und Gemüse auf dem Speiseplan stehen. Die eigene Körperabwehr kann gezielt mit einer auf die Erfordernisse abgestimmten Mikronährstoff-Kombination, wie sie zum Beispiel die ergänzende bilanzierte Diät Orthomol Immun® enthält, unterstützt werden.

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/k936gp>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/gesundheit/kleine-partikel-grosse-wirkung-54510>

=== Orthomol Immun®: Ein intaktes Immunsystem ist wichtig, um Belastungen zu trotzen. (Bild) ===

Shortlink:

<http://shortpr.com/8g2r7e>

Permanentlink:

<http://www.themenportal.de/bilder/orthomol-immun-ein-intaktes-immunsystem-ist-wichtig-um-belastungen-zu-trotzen>

Pressekontakt

Borchert & Schrader public relations GmbH

Frau Kristina Krüger
Antwerpener Straße -12 6
50672 Köln

k.krueger@borchert-schrader-pr.de

Firmenkontakt

Borchert & Schrader public relations GmbH

Frau Kristina Krüger
Antwerpener Straße -12 6
50672 Köln

shortpr.com/k936gp

k.krueger@borchert-schrader-pr.de

Orthomol Die Idee für mehr Gesundheit

Orthomol Immun® ist ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol in Langenfeld, dem Wegbereiter der orthomolekularen Ernährungsmedizin in Deutschland. Das Unternehmen entwickelt und vertreibt seit über 20 Jahren ausgewogen dosierte und für verschiedene Anwendungsgebiete zusammengesetzte Mikronährstoffkombinationen. Diese bestehen u.a. aus Vitaminen, Mineralstoffen bzw. Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen. Orthomol-Produkte sind für die diätetische Begleitung unterschiedlicher Erkrankungen und zur Nahrungsergänzung bei verschiedenen Lebenssituationen

vorgesehen und in Apotheken erhältlich. Ihre Entwicklung und Herstellung erfolgt nach dem internationalen Qualitätsstandard ISO 22.000.

Achten Sie in Ihrer Apotheke auf die blauen Packungen fragen Sie nach Orthomol.